



תמיד טוב להיות מוכנים - במד"א זו דרך חיים

היערכות מוקדמת לחירום

הכינו תוכנית חירום משפחתית, חלקו משימות ותפקידים, ודאו כי כל בני הבית מכירים אותה ויודעים כיצד עליהם לפעול בשעת חירום.

פנו את המרחב המוגן מחפצים מיותרים

- וודאו כי הדרך למרחב המוגן פנויה וכי אין חפצים שחוסמים את הדרך אליו להגעה מהירה ובטוחה.
- הצטיידו מבעוד מועד בערכת עזרה ראשונה בסיסית והניחו אותה בהישג יד.
- וודאו כי בני משפחה ושכנים מבוגרים מודעים להנחיות וכי יש ברשותם כל מה שהם צריכים, כולל תרופות כרוניות.



להלן רשימת הציוד לשעת חירום המומלץ על ידי פיקוד העורף:

- 1 מים ומזון: מים ומזון לכל בני הבית לשלושה ימים לפחות.
- 2 אמצעי התרעה ותקשורת: תאורת חירום, פנס, רדיו, מטענים ניידים וסוללות להפעלת המכשירים.
- 3 ציוד רפואי: ערכת עזרה ראשונה, תרופות בשימוש כרוני, ציוד רפואי הנדרש לבני הבית.



למידע נוסף בקרו באתר פיקוד העורף www.oref.org.il

הזקת אמבולנס

- פעל לפי הנחיות המוקדן לעזרה ראשונה.
- במידת האפשר, שלח אדם נוסף לכוון את צוותי מד"א למקום כדי לחסוך זמן.
- חייג 101 למד"א.
- ענה על שאלות המוקדן במלואן, בתשומת לב ובמדויק, הן חשובות.
- בין השאר תתבקש לציין מספר טלפון, כתובת מלאה ומדויקת ולתאר את אופי האירוע.



עצירת דימום פורץ



- 1 תחילה הפעל לחץ באמצעות כף היד על הדימום.
- 2 המשך להפעיל לחץ על מקור הדימום באמצעות תחבושת או בד נקי.
- 3 הגבה את הגפה והמשך להפעיל לחץ על מקור הדימום.
- 4 קשור בחוזקה את התחבושת או הבד להמשך לחץ.
- 5 הזעק עזרה - חייג 101 למד"א.
- 6 אם הדימום לא עוצר או במקרה של קטיעה, הנח חסם עורקים מעל מקום הדימום בכל אמצעי שברשותך (כגון חולצה או מגבת) קשור בחוזקה עד לעצירת הדימום.
- 7 רשום את השעה במקום בולט.

להנחיות נוספות
וסרטוני הדגמה
סרוק את הקוד או
בקר באתר מד"א



סיוע לנפגע שסובל משבר

- פנה למרכז רפואי להמשך טיפול.
- במידת הצורך ו/או בחשד לשבר שנלווה לפגיעה קשה, דימום פורץ או פגיעה בעמוד השדרה, באגן או בירך - **חייג 101 למד"א**.
- עצור דימום במידה וקיים.
- מנע תזוזה של האיבר הפגוע.
- קבע את האיבר הפגוע באותה תנוחה בה הוא נמצא.
- ניתן להניח קרח עטוף במגבת (לא ישירות על העור) כדי להפחית נפיחות.



סיוע לנפגע שסובל מחרדה



- וודא כי הנפגע איננו סובל מפגיעות פיזיות בנוסף לחרדה.
- במידת האפשר, הרחק את הנפגע ממקום ההתרחשות, בעדיפות למקום שקט.
- שדר לנפגע שאתה נמצא איתו.
- סייע לנפגע לנשום עמוק ולאט.
- בקש מהנפגע לסייע בפעולות פשוטות לשם הפחתת תחושת חוסר האונים במידת הצורך פנה למרכז רפואי ו/או **חייג 101 למד"א**.



סיוע לנפגע שסובל מכוויות



- שטוף את אזור הכוויה תחת מים זורמים למשך 10 דקות לפחות.
 - הסר תכשיטים ובגדים מהאזור שנכווה מוקדם ככל האפשר, כל עוד אינם נדבקים לעור.
 - כסה את הכוויה בתחבושת לכוויות או במגבת / תחבושת ספוגה במים קרים.
 - פנה לייעוץ רפואי להמשך טיפול. לאחר יעוץ רפואי, במידת הצורך, מרח תכשירים מאושרים ע"י משרד הבריאות לטיפול בכוויות.
 - במקרה של כוויה חמורה, שפגעה בשטח נרחב מהגוף או בפנים, צוואר או מפרקים, יש **לחייג 101 למד"א**.
- אל תעשה:**
- 1 אין להניח קרח ישירות על העור.
 - 2 אל תפוצץ שלפוחיות.
 - 3 אל תניח "תרופות סבתא" (יוגורט, משחת שיניים, שמן, חמאה וכיו"ב).
 - 4 אין למשוך בגדים שבדבקו לפצע, יש להרטיבים ולפנות לטיפול רפואי.
 - 5 אל תניח תחבושת יבשה כי היא עלולה להידבק.



במקרה חירום
חייגו 101



הורידו עוד היום
אפליקציה

שמצילה חיים

